
Kenmerken van PMA Personal Coaching

- PMA Coaching vindt plaats in een serie individuele coachingsessies van ca. 1.5 uur per keer, waarbij de cliënt onder leiding van de coach op reis gaat in het eigen onderbewustzijn.
- In PMA Coaching wordt geen medische diagnose gesteld. Je PMA Coach is je reisgids op weg naar jouw eigen materiaal en helpt je dit zelf definitief te herstellen.
- In PMA Coaching wordt geen gebruik gemaakt van hypnose of andere bewustzijnsveranderende technieken.
- PMA Coaching richt zich volledig op je individuele doelen en de daarbij optredende remmingen en beperkingen.
- PMA is geen psychologische, maar een neuro-wetenschappelijke methode.

Resultaten van PMA Coaching

- Versterking van je vrije wil en je zelfbewustzijn.
- Verschuiving van re-actief naar pro-actief gedrag.
- Inzicht in emoties en gedragspatronen van jezelf en anderen.
- Verdwijnen van psychosomatische klachten en toename energie.
- Opheffen van mentale en emotionele blokkades.
- Herwinnen van controle over je (keuzes in je) leven.
- Verhoging van je welzijn en je prestaties.
- Bestaande reeds geleerde/gebruikte methoden worden effectiever.
- Verbetering van je privé-werk balans.
- Meer creativiteit, vrijheid, durf, inspiratie en doelgerichtheid.

W-cair bv. Drs. Harry Wijnhoven
Certified PMA Trainer/Coach
Boonberg 2A
5507 NR Veldhoven
Tel: 040-2055140 GSM.: 06-53312831
harry.wijnhoven@w-cair.nl www.w-cair.nl

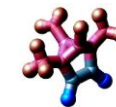
Progressive Mental Alignment

Florida Management School
2005 ©

Personal Coaching



Eindelijk een op neuro-wetenschappelijke onderzoek gevormde coaching methode



W-cair bv



Wat is Progressive Mental Alignment Coaching?

PMA is een coachingstechniek gebaseerd op neuro-wetenschappelijke onderzoek waarmee we neurofysiologische stoorzenders verwijderen die je blokkeren in het uitvoeren van je vrije wil. PMA berust volledig op de werking van ons mentale en emotionele systeem op neurobiologisch niveau. Jacob Korthuis, de grondlegger van de PMA methode, noemt deze stoorzenders 'Bad Clusters'. Ze veroorzaken psychosomatische klachten en zijn de oorzaak van remmingen en angsten die een groot deel van ons gedrag bepalen.



Iedereen heeft Bad Clusters en is er zeer bij gebaat ze definitief kwijt te raken. PMA Coaching richt zich op cliënten voor wie effectieve omgang met andere mensen van belang is voor hun zakelijk en persoonlijk succes.

Iedereen heeft Bad Clusters en is er zeer bij gebaat ze definitief kwijt te raken. PMA Coaching richt zich op cliënten voor wie effectieve omgang met andere mensen van belang is voor hun zakelijk en persoonlijk succes.

Hoe werken onze hersenen?

Alle gebeurtenissen van ons hele leven slaan we als informatie op in onze geest/brein. Ons brein is als een enorme database/harddisk, bestuurd door een supercomputer. Dat alles speelt zich af in ons onderbewustzijn. Naast zintuiglijke informatie leggen we ook emoties vast. Onze basisdrijfveer op biologisch niveau is het vermijden en verminderen van pijn en angst. We bewegen ons altijd weg van de pijn. Maar wat gebeurt er op momenten dat we dat niet kunnen door een situatie van overmacht? Als pijn en angst zo groot worden dat we de controle dreigen te verliezen grijpt ons biologisch systeem in. Het richt zich op een klein deel van de werkelijkheid waarover het wel de controle kan bewaren. Alle zintuiglijke gegevens daarbuiten, waarin ook de oorzaak van de pijn zich bevindt, worden zonder ons bewustzijn te bereiken rechtstreeks en onbewerkt opgeslagen. Zo ontstaan Bad Clusters.



Wat zijn Bad Clusters?

Een Bad Cluster is een technisch defect in onze interne informatieverwerking. Het is een onvolledig opgeslagen zintuiglijke waarneming die tot gevolg heeft dat de gevoelens van een bedreigende gebeurtenis in het verleden, worden gekoppeld aan alledaagse gebeurtenissen in het heden. Dit gebeurt van jongs af aan en geeft in toenemende mate vorm aan onze gezondheidstoestand, ons wereldbeeld, onze overtuigingen en dus ons handelen.

Wat doen Bad Clusters in ons lichaam en onze geest?

Net als normale herinneringen worden Bad Clusters geactiveerd door zintuiglijke waarnemingen. Omdat ze niet de codering hebben om als herinnering te kunnen fungeren, maar wel het bijbehorende gevoel activeren, ervaren we angst en emotionele pijn zonder de bijbehorende herinnering. Ons bewustzijn zal deze gevoelens ten onrechte koppelen aan de waarnemingen van dat moment. Zo ontstaan willekeurige negatieve associaties die een groot deel van ons leven gaan bepalen. Omdat we de gevoelens niet kunnen stoppen leren we ze te negeren en hun activering te compenseren. Op deze manier worden vele van onze geloofssystemen en fysieke klachtenpatronen gevormd.

Waarom herken je de activiteit van Bad Clusters?

Elke emotie die buiten proportie is, of juist de afwezigheid van emotie, onverklaarbare abrupte klachten en vermoeidheid, irrationeel gedrag, angsten, fobieën, eetstoornissen, overspannenheid, burn-out, verslavingen, depressie, onverklaarbare vervelende gevoelens, motivatie en werkhouding problemen, faalangst en een grote reeks van psychosomatische klachten.